Aktuelles aus dem arznei-telegramm: Amygdalin/Laetrile (Aprikosenkerne)

bcaction.de/aktuelles-aus-dem-arznei-telegramm-amygdalin-laetrile-aprikosenkerne

31. Oktober 2014

(Last Updated On: 26. Januar 2020)
In der Ausgabe 10/2014 v. 17. Oktober brachte das „arznei-telegramm“ (a-t) einen Beitrag zu Amygdalin, das aus den Kernen von Steinfrüchten wie Aprikosen oder Bittermandeln gewonnen wird. a-t verweist darauf, dass Amygdalin als Arzneistoff nicht zugelassen ist, jedoch trotzdem bereits seit Jahrzehnten als Antikrebsmittel – auch unter dem Namen Vitamin B 17 – beworben werde. In den USA warnt die Arzneimittelbehörde FDA diesbezüglich vor einem „Quacksalbermittel“, einer Position, der sich a-t angeschlossen hat. Bereits seit 1978 warnt a-t deswegen vor Laetrile (anderer Name für Amygdalin). Das National Cancer Institute NCI konnte keinen Nutzen belegen, die Cochrane Collaboration zieht eine negative Bilanz, das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) warnt vor Cyanidvergiftungen, es seien bereits Todesfälle beschrieben. Auch vom Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) gibt es eine Stellungnahme, die wir verlinken.



Weiterlesen

- Volltext bei a-t: Bedenkliches „Krebsmittel“ Amygdalin/Laetrile – Kein Ende in Sicht
- Gute Pillen – Schlechte Pillen: Zehn Indizien für Quacksalberei: Falsche Versprechungen besser erkennen
  (Hilfreiche Übersicht zur Einordnung)
- Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR): Verzehr von bitteren Aprikosenkernen ist gesundheitlich bedenklich: Stellungnahme Nr. 014/2007des BfR vom 03. Mai 2007 (pdf)

Aktualisierung: EFSA-Warnung

Aprikosenkerne bergen Risiko einer Cyanidvergiftung: Unter diesem Titel berichtet die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit EFSA am 27.04.2016 über das Ergebnis ihrer wissenschaftlichen Stellungnahme zum Thema. Danach kann eine Cyanidvergiftung nicht nur Übelkeit, Fieber, Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit, Durst, Trägheit, Nervosität, diverse Gelenk- und Muskelschmerzen sowie Blutdruckabfall zur Folge haben, sondern schon 0,5 bis 3,5 mg Cyanid pro kg Körpergewicht können sogar tödlich sein. Der Grenzwert für einen einmaligen Verzehr (die sogenannte akute Referenzdosis – „ARfD“) wurde daher auf 20 Mikrogramm (µg) pro kg Körpergewicht herabgesetzt, 25-mal niedriger als die niedrigste gemeldete tödliche Dosis.

Für den täglichen Verzehr bedeutet dieses lt. EFSA:

> „Auf der Grundlage dieser Grenzwerte und der Konzentrationen von Amygdalin, die typischerweise in rohen Aprikosenkernen zu finden sind, schätzen die EFSA-Sachverständigen, dass Erwachsene drei kleine Aprikosenkerne (370 mg) verzehren können, ohne dass die ARfD überschritten wird. Für Kleinkinder läge diese Menge bei 60 mg, was etwa der Hälfte eines kleinen Kerns entspricht.“

Die wissenschaftliche Stellungnahme (in englischer Sprache) kann unter dem o.a. Link aufgerufen werden.